



**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**  
*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*  
**UNIDAD ACADÉMICA DE EDUCACIÓN**

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y  
DEPORTE**

**RELACIÓN ENTRE LA ACTIVIDAD FÍSICA EXTRACURRICULAR Y  
EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ADOLESCENTES**

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE LICENCIADO EN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD  
FÍSICA Y DEPORTE**

**AUTOR: EDISON MAURICIO QUIZHPI CHABLA**

**DIRECTOR: LCDA. ZOILA TORRES PALCHISACA, MGS.**

**AZOGUES - ECUADOR**

**2024**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**

**Declaratoria de Autoría y Responsabilidad**

**Edison Mauricio Quizhpi Chabla** portador de la cédula de ciudadanía N° **0350185898**. Declaro ser el autor de la obra: **"Relación entre la actividad física extracurricular y el rendimiento académico en adolescentes"**, sobre la cual me hago responsable sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaro que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximo a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaro finalmente que mi obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también me responsabilizo y eximo a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Azogues, **23 de agosto de 2024**

**Edison Mauricio Quizhpi Chabla**

**0350185898**

**CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DE TESIS**

Lcda. Zoila Torres Palchisaca, Mgs.

DOCENTE DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

De mi consideración:

Certifico que el presente trabajo de titulación denominado: **"Relación entre la actividad física extracurricular y el rendimiento académico en adolescentes"**, realizado por: **Edison Mauricio Quizhpi Chabla**, con documentos de identidad: **0350185898**, previo a la obtención del título de **Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte** ha sido asesorado, orientado, revisado y supervisado durante su ejecución, bajo mi tutoría en todo el proceso, por lo que certifico que el presente documento, fue desarrollado siguiendo los parámetros del método científico, se sujeta a las normas éticas de investigación que exige la Universidad Católica de Cuenca, por lo que está expedito para su presentación y sustentación ante el respectivo tribunal.

Azogues, 23 de agosto de 2024



LCDA. ZOILA TORRES PALCHISACA, MGS.

0102289659

DIRECTORA

## **Relación entre la actividad física extracurricular y el rendimiento académico en adolescentes**

Edison Mauricio Quizhpi Chabla, Zoila Torres Palchisaca

Universidad Católica de Cuenca. edison.quizhpi.98@est.ucacue.edu.ec

### **RESUMEN**

Existe una creciente evidencia que sugiere una relación positiva entre la participación en actividades físicas extracurriculares y el rendimiento académico en adolescentes. Diversos estudios han demostrado que los estudiantes que participan regularmente en deportes u otras actividades físicas tienden a obtener mejores calificaciones, tener mayor asistencia a clase y mostrar un mejor comportamiento en el aula. Objetivo: elaborar una revisión bibliográfica acerca de la relación entre Actividad Física extracurricular y rendimiento académico en adolescentes. Metodología: enfoque cualitativo a través de un exhaustivo análisis bibliográfico. Resultados: con la exhaustiva investigación, aplicando los criterios de inclusión y exclusión se obtuvieron los veinte artículos relevantes para esta investigación. Conclusiones: la evidencia sugiere que existe una relación positiva entre la actividad física extracurricular y el rendimiento académico en adolescentes. La participación en actividades físicas puede mejorar el funcionamiento cognitivo, reducir el estrés y la ansiedad, aumentar la motivación y la autoestima, y promover hábitos de vida saludables.

*Palabras clave:* Actividad física; actividades extracurriculares; rendimiento académico.

## **Relationship between extracurricular physical activity and academic performance in adolescents**

Edison Mauricio Quizhpi Chabla, Zoila Torres Palchisaca

Catholic University of Cuenca. edison.quizhpi.98@est.ucacue.edu.ec

### **ABSTRACT**

There is increasing evidence suggesting a positive relationship between participation in extracurricular physical activities and academic performance in adolescents. Various studies have demonstrated that students who regularly engage in sports or other physical activities tend to achieve higher grades, have better class attendance, and exhibit improved classroom behavior. Objective: To conduct a literature review on the relationship between extracurricular physical activity and adolescent academic performance. Methodology: A qualitative approach through an extensive bibliographic analysis. Results: Through extensive research, applying inclusion and exclusion criteria, twenty relevant articles were identified for this investigation. Conclusions: The evidence suggests a positive relationship between extracurricular physical activity and adolescent academic performance. Participation in physical activities can enhance cognitive function, reduce stress and anxiety, increase motivation and self-esteem, and promote healthy lifestyle habits.

*Keywords:* physical activity; extracurricular activities; academic performance.

## Índice de contenidos

Resumen.....	III
Abstract.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
Introducción .....	1
Marco teórico.....	2
Método .....	4
Resultados.....	6
Discusión.....	9
Conclusiones.....	11
Referencias bibliográficas.....	12

## **Introducción**

La Educación Física extracurricular ha ganado relevancia en la sociedad contemporánea como una herramienta clave en el desarrollo integral de los jóvenes, según Raigosa et al. (2019), estas actividades caracterizadas por su enfoque educativo, se han convertido en una opción popular para las familias que desean inculcar hábitos saludables en sus hijos y alejarlos de conductas perjudiciales, sin embargo a pesar de su importancia, muchos adolescentes se ven impedidos de participar de manera constante en estas actividades debido a la carga académica exigente y a la falta de tiempo disponible.

La relación entre la Educación Física extracurricular y el rendimiento académico es un tema de debate en la comunidad educativa, Lara et al. (2018) destacan que, el compromiso escolar puede interferir con la participación en actividades extraescolares ya que se considera que el éxito académico es fundamental para el futuro de los estudiantes, por otro lado la inconsistencia común en los adolescentes a esa edad también puede llevar al abandono de la práctica deportiva, lo que plantea un desafío en la promoción de un estilo de vida activo y saludable.

Varios estudios han explorado la correlación entre Actividad Física y el rendimiento académico, con resultados mixtos, de esta manera, Gonzales y Portales (2014) señalan, la importancia de implementar políticas y medidas sociales que fomentan la participación en actividades extraescolares, ya que se ha asociado con la reducción del sedentarismo y de comportamientos no saludables, la falta de tiempo y de organización son citadas como obstáculos significativos para la realización de AF extraescolares de manera consistente.

La importancia de comprender y abordar esta problemática radica en la necesidad de promover un equilibrio en la educación académica y la actividad física, con el fin de garantizar un desarrollo holístico de los jóvenes, la escasa coordinación entre padres, adolescentes y las instituciones educativas pueden contribuir al abandono de las Actividades Físicas

extraescolares, lo cual podría tener consecuencias negativas en términos de salud y rendimiento escolar.

Participar en Actividad Física puede potenciar la capacidad de concentración y atención de los adolescentes, lo que a su vez puede traducirse en un mejor desempeño académico, ya que el ejercicio regular puede servir como un mecanismo para reducir los niveles de estrés y ansiedad en los jóvenes, ayudándoles a enfrentar de manera más efectiva las demandas académicas, asimismo la práctica de AF puede promover hábitos de vida saludable y reducir el riesgo de enfermedades a lo largo de la vida.

### **Marco teórico**

La Actividad física extracurricular (AFE), se refiere a cualquier forma de ejercicio o actividad física que los adolescentes eligen participar fuera del horario escolar regular; estas actividades pueden variar desde deportes organizados hasta clases de baile, artes marciales, yoga, senderismo, entre otras actividades, aquellas son voluntarias y no forman parte del plan de estudios escolar obligatorio (Ramos et al., 2021). En concordancia Romero et al. (2020) manifiestan que, la Educación Física extraescolar se caracteriza por continuar con AF o deportivas para mantener activos a los estudiantes.

Al participar en equipos deportivos como fútbol, baloncesto, voleibol, o cualquier otro deporte colectivo se fomenta habilidades sociales, trabajo en equipo y disciplina física. Estas actividades promueven la cooperación y la integración social (Garrido et al., 2015), además de mejorar la condición física y la coordinación; con relación a otras actividades físicas y recreativas como caminar, jugar al aire libre y andar en bicicleta, ofrecen beneficios en términos de autoestima, autonomía y superación personal; puesto que estas disciplinas pueden ayudar a los adolescentes a desarrollar habilidades de perseverancia y concentración (Betancourt Herrera et al., 2020).

Por consiguiente, la adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo físico, cognitivo y emocional de los individuos (Aritio,2022), la actividad física extracurricular desempeña un papel fundamental en este proceso, ya que proporciona una serie de beneficios que influyen en varios aspectos de la vida de los adolescentes. Algunas de las razones por las que la Actividad Física extracurricular es importante en el desarrollo adolescente incluyen, una salud física que fortalece el sistema cardiovascular y mejorar la salud ósea y muscular (Castro-Romero et al., 2020). Así mismo la salud mental donde la Actividad Física ha demostrado ser efectiva en la reducción del estrés, la ansiedad y la depresión en adolescentes (Conde Schnaider et al., 2022).

En tanto, el ejercicio libera endorfinas que ayudan a mejorar el estado de ánimo, de tal manera que, promueve la sensación de bienestar, además, con la participación en actividades físicas extracurriculares fomenta la socialización, el trabajo en equipo y el respeto al entorno social, de forma que, los adolescentes aprendan a comunicarse de una manera efectiva, a resolver conflictos y establecer relaciones personales. (Barbosa y Urrea, 2018).

En cuanto al rendimiento académico en adolescentes, éste se refiere al nivel de logro, competencia y éxito que los estudiantes alcanzan en su desempeño escolar (Lamas, 2015). Este concepto abarca una amplia gama de aspectos, incluyendo calificaciones, puntajes de exámenes, participación en clase, proyectos escolares, entre otros. el rendimiento académico no solo se mide a través de los resultados cuantitativos, sino que también se considera la habilidad para comprender y aplicar conceptos, la motivación hacia el aprendizaje y la capacidad de resolver problemas de manera crítica (Grasso, 2020).

Las calificaciones son uno de los indicadores más comunes del rendimiento académico y reflejan el nivel de comprensión y dominio de los contenidos por parte del estudiante, así como su capacidad para completar tareas y evaluaciones (Treviño & Soto, 2020). Por otro lado, el puntaje de exámenes estandarizados son otra forma de medir el rendimiento académico que

proporcionan una evaluación comparativa del conocimiento y habilidades de los estudiantes en relación con otros de su misma edad o grado (Demarchi, 2020). Por otro lado, la participación en clase, la asistencia regular, el cumplimiento de tareas y la actitud positiva hacia el aprendizaje también son indicadores importantes del rendimiento académico, reflejan el interés y la motivación de los estudiantes por el proceso educativo y conseguir objetivos planteados (Guerrero y Contreras, 2020).

Ante lo expuesto, el objetivo de esta investigación es; *elaborar una revisión bibliográfica acerca de la relación entre Actividad Física extracurricular y rendimiento académico en adolescentes*, para identificar y maximizar estrategias efectivas y beneficios que fomenten la participación activa en la promoción de la actividad física que promueva un equilibrio entre la educación académica y el movimiento activo, que pueda resultar beneficioso y significativo para la salud y el desarrollo integral de los adolescentes.

## **Método**

### **Diseño**

La presente investigación adopta un enfoque cualitativo a través de un exhaustivo análisis bibliográfico, se exploró la relación entre la actividad física extracurricular y el rendimiento académico en adolescentes; la información se recabó de diversas plataformas digitales que contribuyen al estudio y facilitan el análisis de los resultados. El proceso de análisis bibliográfico sigue criterios estrictos de inclusión que respaldan la investigación, con la revisión y evaluación de, artículos científicos y estudios de casos publicados en los años 2014 al 2023 estos recursos contienen palabras clave pertinentes como “educación física extracurricular” y “rendimiento académico”.

Se establecieron criterios de exclusión para descartar aquellos que no aportan valor al análisis de datos, como artículos con metodologías poco claras, información desactualizada o

fuentes que carecen de palabras clave específicas para esta revisión bibliográfica y publicaciones fuera del período de 10 últimos años., por lo que la investigación se realizó mediante una íntegra búsqueda en base de datos reconocidos como Scielo, Redalyc, Dialnet, Scopus y la base de datos de la Universidad Católica de Cuenca.

## Resultados

Con la exhaustiva investigación, aplicando los criterios de inclusión y exclusión se obtuvieron los veinte artículos relevantes para esta investigación, detallados a continuación:

**Tabla 1.**

*Principales aportes de la relación entre actividad extracurricular y el rendimiento académico en adolescentes*

<b>Autor</b>	<b>Año</b>	<b>Aporte en la línea de investigación</b>
González & Portolés	2014	La falta de práctica físico-deportiva, el consumo de sustancias nocivas afecta de forma negativa en los adolescentes.
Lamas	2015	Destaca la importancia del rendimiento escolar en la educación básica regular, sugiere que las actividades extracurriculares juegan un papel fundamental en esta mejora.
Garrido et al.	2016	Trabaja en el modelo de Responsabilidad de Hellinson (2003) para comprobar las prácticas físico-deportivas de los centros educativos, demostrando que estas prácticas influyen en el rendimiento académico.
Barbosa & Urrea	2018	El deporte y la actividad física afectan el estado de salud física y mental de los adolescentes, resultado que una buena salud mejora el rendimiento académico.
Lara et al.	2018	Crear y validar un cuestionario para medir el compromiso de los adolescentes con sus estudios. Ayuda a evaluar el impacto de las actividades extracurriculares.
Guerrero & Contreras	2019	Demuestra cómo un estilo de vida que incluye actividades extracurriculares saludables puede relacionarse con un mejor rendimiento académico.

---

Raigosa	2019	Muestra que es necesario que los docentes aprovechen las tecnologías de la información y la comunicación para aplicar actividades físicas extracurriculares y así mejorar el rendimiento académico.
Castro-Romero et al.	2020	Identifica la incidencia de las actividades físicas extracurriculares en el rendimiento académico, proporcionado evidencia de la relación positiva y sustancial entre ambos.
Betancourt Herrera	2020	Evalúa la efectividad de los ejercicios físicos a través de la T de Student, lo que permitió evidenciar que existe una mejora al realizar AF en coordinación simple y compleja.
Demarchi	2020	Analiza las pruebas estandarizadas que se aplican en los países latinoamericanos, da un contexto para mejorar su impacto en el rendimiento académico.
Grasso	2020	En la educación respecto a la actividad física es un paradigma ya que los modelos aplicados de enseñanza son antiguos, en tanto, concluye que es necesario seguir analizando el panorama de forma más detallada.
Treviño	2020	La actividad física extracurricular tiene un impacto positivo en el rendimiento académico, además que reduce ciertas complicaciones en ámbitos psicológicos y personales.
Ramos-Bermúdez et al.	2021	Los programas de deporte, recreación y actividad física extracurricular en las instituciones educativas, con estas iniciativas abordan problemas de salud y rendimiento académico.
Ávila Manríquez	2021	La educación física es insuficiente y se presentan atrasos educativos.

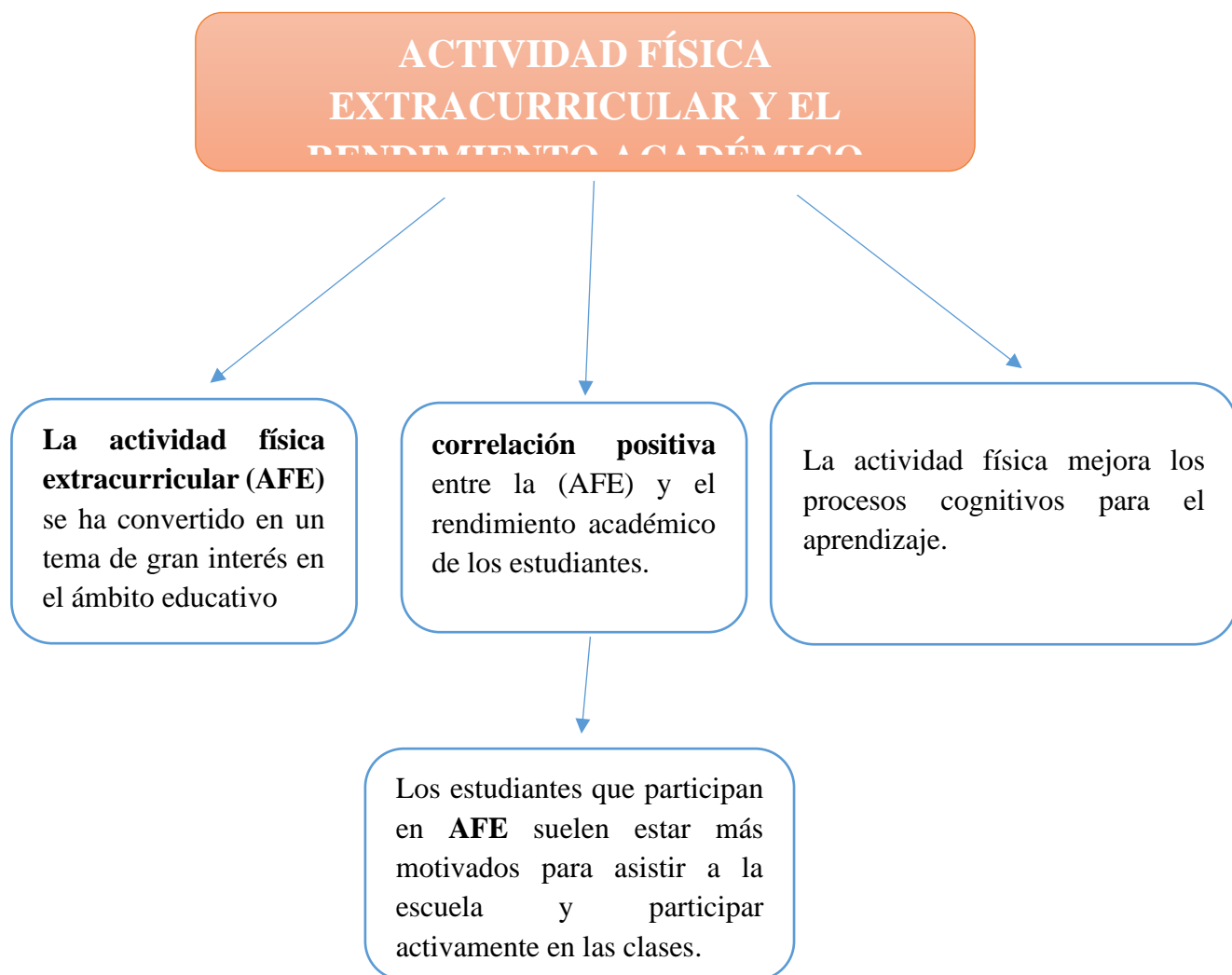
---

---

Aritio	2022	Las actividades extracurriculares influyen en el funcionamiento cognitivo, emocionales y comportamiento de los adolescentes.
Conde et al.	2022	Los jóvenes sedentarios en relación con la actividad física son nulos, lo que conlleva a una baja autoestima, ansiedad y un negativo autoconcepto.
Galiano et al.	2023	Los docentes tienen que trabajar en los deportes colectivos, individuales y juegos tradicionales frente a las condiciones físicas, expresión corporal y comunicación. Este estudio muestra la significancia entre la educación física y el rendimiento académico en los hombres, asimismo, en las mujeres correlación en la actividad física cuadrática en forma de U invertida.
Infantes-Paniagua	2023	La práctica de actividad física en los adolescentes, tiene en cuenta en el diseño de intervenciones y políticas podrían ayudar a aumentar los niveles actuales.
Roselló-Novella	2023	La actividad física es buena para la salud mental en los estudiantes de educación media, por ende, mejora la autoestima, estado de ánimo y mejora los niveles de estrés.
García	2024	

---

Gráfico 1.



## Discusión

De acuerdo al análisis realizado, se determina que una de las dimensiones de estudio resultantes es que *la actividad física extracurricular (AFE) se ha convertido en un tema de gran interés en el ámbito educativo*, debido que, la actividad física extracurricular promueve la salud física y mental de los estudiantes, ya que participan regularmente en deportes y ejercicios para mejorar su condición física, de manera que, resulta un aumento de fuerza y resistencia, asimismo, ayuda a mantener un peso saludable. Por esta razón, las mismas

actividades son un escape del estrés académico, puesto que da la facilidad al estudiante de manejar el factor estrés y ansiedad (Lamas, 2015).

Siguiendo del primer resultante en relación con la actividad física extracurricular, se ha convertido dentro de la academia un ámbito de gran interés, pues el mismo trae múltiples beneficios. En el tema de la salud reduce el riesgo de enfermedades crónicas y mejora el bienestar emocional, asimismo, las actividades físicas también aumentan el rendimiento académico y con ello mejora la concentración y la disciplina, en forma que AFE en la academia responde a la creciente preocupación por el sedentarismo en la juventud (Ramos-Bermúdez et al., 2021).

Dentro de su desarrollo personal despliega habilidades sociales y trabajo en equipo, en esta línea, se encontró que existe una *correlación positiva entre la (AFE) y el rendimiento académico de los estudiantes*, por lo tanto, los que participan en AFE y deportivas con frecuencia tienen un mejor desempeño escolar. Por lo que se subraya la importancia de la coordinación física ya que aquellos que no tienen más probabilidad de un rendimiento escolar inferior (Ávila Manríquez et al., 2021). Desde otro punto de vista, según Infantes-Paniagua et al. (2023) la relación de la AFE y el rendimiento académico también influyen de manera significativa, asimismo, el estudiante debe ser disciplinado en cualquier ámbito, argumentan que algunos pueden encontrar de manera positiva equilibrar sus compromisos académicos con sus actividades extracurriculares.

En tanto, *la actividad física mejora los procesos cognitivos para el aprendizaje*, ya que, la AF favorece el proceso de enseñanza, por tanto, estimula el flujo sanguíneo, así como de oxígeno al cerebro, lo cual disminuye el estrés. Bajo este esquema Roselló-Novella et al. (2023) menciona que, los estudiantes tienen a percibir que mientras más involucrados están en la AFE mejoran su rendimiento académico, entre otros, por esta razón, la AF se asocia con la liberación

de endorfinas y la reducción de ansiedad, ya que al participar en AF mejoran su estado de ánimo y reducen estos factores que pueden afectar negativamente en su desempeño escolar.

Asimismo, diversos estudios han demostrado que la actividad física regular mejora las funciones cerebrales como: la memoria, atención y la capacidad de desenvolverse en problemas o conflictos, además, la AFE contribuye a reducir el estrés y la ansiedad, por ende, crea un ambiente más propicio para el aprendizaje, por estas razones, dentro del entorno educativo consideran que las actividades físicas fuera del horario de clases deberían ser valoradas y esenciales en la educación integral de los estudiantes (Treviño y Soto, 2020).

Por último, *los estudiantes que participan en AFE suelen estar más motivados para asistir a la escuela y participar activamente en las clases*, en la opinión de Guerrero y Contreras (2019) expresan que, la AFE ofrece que los estudiantes desarrollen habilidades sociales cruciales, ya que, a través del deporte y la AF aprenden sobre trabajo en equipo, liderazgo y resolución de conflicto, por estas experiencias positivas el estudiante se siente conectado con sus compañeros y con la comunidad escolar, también desarrolla el sentido de pertenencia y conexión social a medida resulta poderoso para asistir a la escuela.

## **Conclusiones**

Con la evidencia recopilada de esta revisión sugiere una asociación positiva entre la participación en actividades físicas y el rendimiento académico en adolescentes. La constante participación en estas actividades no solo se asocia a una mejora en la salud física y mental, sino influye en la capacidad de concentración, la adopción de hábitos saludables, aportando a un mejor rendimiento escolar.

Es importante destacar que, la relación entre la actividad física extracurricular y el rendimiento académico es compleja y puede estar influenciada por diversos factores, como la intensidad, la duración y el tipo de actividad física, así como las características individuales de

los estudiantes. Se necesita más investigación para comprender mejor los mecanismos subyacentes a esta relación y desarrollar intervenciones más efectivas para promover la AF y el rendimiento académico en los adolescentes.

### Referencias bibliográficas

- Aritio, R. (2022). Funcionamiento neurocognitivo en la adolescencia: relación con variables de ajuste psicológico. *Unirioja*.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=308726>
- Ávila Manríquez, F., Ávila, J. C., Llaca, J. M. S., & Terán, O. Á. G. (2021). Actividad física y su relación con el rendimiento académico. *RIDE Revista Iberoamericana Para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 12(23).  
<https://doi.org/10.23913/ride.v12i23.1030>
- Barbosa, S., y Urrea, A. (2018). Influencia de del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. *Katharsis*, N25.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6369972>
- Betancourt Herrera, B. H., Abreus Mora, A. M. J., Juanes Giraud, J. G. B., & González Curbelo, G. C. V. (2020). Ejercicios físicos para contribuir al desarrollo de la coordinación física en adultos mayores. *Conrado*, 16(77).  
<https://acortar.link/WPDX41>
- Conde Schnaider, E., Sánchez, C. V. L., & Matus, P. W. V. (2022). Relación entre la Actividad Física e Indicadores de Salud Mental. *Acta de investigación psicológica*, 12(2), 106-119. <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2022.2.452>
- Demarchi, G. (2020). La evaluación desde las pruebas estandarizadas en la educación latinoamericana. *En contexto*, 8(13), 107-133.  
<https://www.redalyc.org/journal/5518/551868969005/html/>

- Galiano, M. T. P., Vega-Ramírez, L., & Ramos, M. A. Á. (2023). Rol del Profesorado de Educación Física en la Práctica de Actividad Física-Deportiva Extraescolar según Estudiantes Universitarios. *Retos Digital/Retos*, 49, 314-321. | <https://doi.org/10.47197/retos.v49.97631>
- García, J., Vega, V. L., Lozano, D., Torres, C. P. B., & Guerrero, G. (2024). Educación Física, Deporte y Recreación; Fenómenos Sociales que Influyen en el Rendimiento Académico de los Estudiantes. *Ciencia Latina*, 7(6), 7531-7542. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i6.9293](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i6.9293)
- Garrido, A., Checa, A., Pardo, J., y García, N. (2015). Educación Física y Deporte: instrumentos de integración de inmigración. *Ciencias Sociales* 22(3), 10-21. <https://www.redalyc.org/pdf/280/28049146002.pdf>
- González y Portales (2014). Actividad física extraescolar: relaciones con la motivación educativa, rendimiento académico y conductas asociadas a la salud. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9(1), 51-65. <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311130199005.pdf>
- Grasso, P. (2020). Rendimiento académico: un recorrido conceptual que aproxima a una definición unificada para el ámbito superior. *Rev. de educación Facultad de Humanidades – Universidad Nacional de Mar del Plata*, 6(20), 87-102. [https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r\\_educ/article/view/4165](https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r_educ/article/view/4165)
- Guerrero, H., y Contreras, A. (2020). Estilos de vida y rendimiento académico de adolescentes escolarizados del departamento de sucre. Colombia. *Espacios*, 41(11), 28. <https://acortar.link/ETHbIZ>
- Infantes-Paniagua, Á., Bustos, J. G. F., Palomares-Ruiz, A., & Jordán, O. R. C. (2023). Asociaciones entre actividad física y rendimiento académico en estudiantes con altas

- capacidades. *Journal Of Sport and Health Research*, 15(1).  
<https://doi.org/10.58727/jshr.90141>
- Lamas, H. (2015). Sobre el rendimiento escolar. *Propósitos y representaciones* 3(1), 313-386. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5475216>
- Lara, L., Navarro, J., Sarcostti, M., y Toro, X. (2018). Compromiso escolar: Desarrollo y validación de un instrumento. *Revista Mexicana de Psicología*, 35(1), 52-62.  
<https://acortar.link/JnsEZR>
- Raigosa, J. P., Saldarriaga, J. C. C., & Valderrama, V. C. (2019). Estrategias de enseñanza del docente en las áreas básicas: una mirada al aprendizaje escolar. *Eleuthera/Revista Eleuthera*, 21, 13-33. <https://doi.org/10.17151/eleu.2019.21.2>
- Ramos, S., Rodríguez, J., Hurtado, J., Diaz, S., González, J., Posada, A., Gallo, L., Taborda, P, Ramos, C., Gracia, H., Chamorro, A, Barbosa, S., y Rivera, G. Guía metodológica para la promoción del deporte, la recreación y la actividad física extraescolar. *Pereira*, universidad tecnológica.  
<https://repositorio.utp.edu.co/server/api/core/bitstreams/567a588d-7ba6-4422-a249-c38d865761be/content>
- Romero, R. C. C., Torres, P. Z. G. P, Mediavilla, C. M. Á., & García, R. F. M. (2020). Incidencia de actividades físicas extracurriculares en el rendimiento académico colegial de la Unidad Educativa UNE. *Polo del Conocimiento: Rev. científico-profesional*, 5(11), 260-276.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7659474>
- Roselló-Novella, A., Lumillo-Gutiérrez, I., Pla-Consuegra, M., Rosa-Castillo, A., Villa-García, L., & Fraile, V. M. (2023). Percepciones y factores externos de la actividad

física en adolescentes mediante métodos mixtos. *Gaceta Sanitaria*, 37, 102281.

<https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2022.102281>

Treviño, J. o. M., & Soto, S. N. C. (2020). Rendimiento académico y habilidades de estudiantes en escuelas públicas y privadas: evidencia de los determinantes de las brechas en aprendizaje para México. *Revista de Economía, Facultad de Economía, Universidad Autónoma de Yucatán*, 37(95), 73-106.

<https://doi.org/10.33937/reveco.2020.148>

## OPCIÓN TITULACIÓN

**Fecha:** 20 de marzo del 2024

**Dirigido a:** Dr. Bolívar Cabrera Berrezueta, PhD.  
DECANO DE LA UNIDAD ACADÉMICA DE EDUCACIÓN.

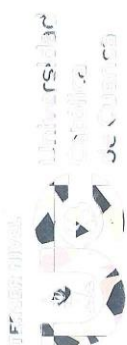
**Solicitante:** Edison Mauricio Quizhpi Chabla - N° Celular 0984598966

**Carrera:** Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

**Año/Ciclo:** Octavo **Paralelo:** "A"

**Asunto:** Me dirijo a usted para comunicarle que, he escogido como opción de titulación, previa a la obtención del Título de Licenciado/a Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, acogerme a Trabajo de Titulación.

Por la favorable acogida que se sirva dar a la presente, anticipo mi agradecimiento.



**Edison Quizhpi Chabla**  
(edison.quizhpi.98.@est.ucacue.edu.ec)

[www.ucacue.edu.ec](http://www.ucacue.edu.ec)

## APROBACIÓN DE TEMA Y DESIGNACIÓN DE DIRECTOR

**Fecha:** 20 de marzo del 2024

**Dirigido a:** Dr. Bolívar Cabrera Berrezueta, PhD.  
DECANO DE LA UNIDAD ACADÉMICA DE EDUCACIÓN.

**Solicitante:** Edison Mauricio Quizhpi Chabla - N° Celular 0984598966

**Carrera:** Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

**Año/Ciclo:** Octavo **Paralelo:** "A"

**Asunto:** Solicito a usted, y por su digno intermedio al Consejo Directivo, se sirva aprobar el tema y diseño de mi Ensayo o Artículo Académico: **Relación entre la actividad física extracurricular y el rendimiento académico en adolescentes**, y sugiero designar como mi directora: Lcda. Zoila Torres Palchisaca, Mgs.

Por la favorable acogida que se sirva dar a la presente, anticipo mi agradecimiento.



Edison Quizhpi Chabla

(edison.quizhpi.98@est.ucacue.edu.ec)



[www.ucacue.edu.ec](http://www.ucacue.edu.ec)

**UNIDAD ACADÉMICA DE EDUCACIÓN**  
**Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**

**ANTEPROYECTO DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

**PERIODO:** SEPTIEMBRE 2023 – FEBRERO 2024

**ASIGNATURA:** INTEGRACIÓN CURRICULAR 1

**CONTENIDO**

**1. ESQUEMA DEL ANTEPROYECTO DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

**Autor:** Edison Quizhpi

**Tutor:** Mgs. Zoila Torres

**Ciclo:** 7mo A

## ESQUEMA DEL ANTEPROYECTO DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

### 1. Título del Trabajo de Investigación

- a. Relación entre la actividad física extracurricular y el rendimiento académico en adolescentes.

### 2. Línea y sublínea de Investigación

- a. Línea: **Educación, actividad física y deporte**
- b. Sublínea:
  - **Actividad Física y Salud**

### 3. Problemática (2 párrafos como mínimo)

La educación física extra curricular, según Valderrama (2013) son, aquellas actividades extra curriculares que se caracterizan por su enfoque educativo, velando por el cumplimiento de sus objetivos. Es por eso que se considera hoy en día una práctica muy usada dentro de las familias, que desean que sus hijos se mantengan ocupados con actividades físicas saludables, alejándolos de vicios, consumo de productos nocivos y sobre todo brindándoles una opción de estilo de vida saludable.

Sin embargo, el tiempo del cual disponen, no siempre es el adecuado pues, la carga académica suele ser muy pesada, provocando muchas veces el abandono de prácticas deportivas. En la misma línea Lara (2018) menciona que, el compromiso escolar interviene con las actividades extra curriculares, ya que es una variable que establece que el éxito escolar es la base fundamental en el futuro de los estudiantes, por otro lado, la inconsistencia típica de los adolescentes también provoca que a esta edad se abandone toda práctica deportiva.

Muchos estudios realizados sobre actividad física y rendimiento académico, alegan sobre cómo estos se relacionan, ya sea de forma positiva o negativa, así, Gonzales et al. (2014) indican, que es necesario adoptar políticas y medidas sociales que faciliten la práctica extracurricular en adolescentes, ya que esto se asocia a la disminución del sedentarismo y conductas desadaptativas.

De acuerdo a los autores antes mencionados, la falta de tiempo u organización del mismo constituye un grave problema para poder realizar actividad física extra curricular, situación que debería ser coordinada entre padres, adolescentes y las instituciones educativas, pues es tarea de todos brindar los espacios adecuados para una formación integral del adolescente, libre de malos hábitos y así lograr adultos responsables y saludables.

#### **4. Justificación (un párrafo para cada literal)**

##### **a. Importancia teórica**

Tener el conocimiento teórico sobre el tema de la relación entre la actividad física extra curricular y el rendimiento académico, resulta de mucho interés ya que mediante esos se pueden identificar los beneficios y problemas que se pueden presentar entre los adolescentes que dedican su tiempo libre a la actividad física y como lograr que exista un equilibrio entre estas dos variables.

##### **b. Resultados esperados**

Una vez culminada esta investigación se espera adquirir conocimientos sobre la actividad física y su relación con el rendimiento académico mediante la consulta de investigación bibliográfica en diferentes fuentes y así ponerlos en práctica en la vida profesional

de tal forma que ayude a mejorar el rendimiento en cuanto a la actividad física extracurricular. Aunque la conexión entre la educación física extracurricular y el desempeño académico varía según diferentes factores, diversos estudios han señalado posibles resultados positivos: Participar en actividades físicas puede potenciar la capacidad de concentración y atención de los adolescentes, lo que repercute en una mejor retención de información y un posible aumento en su rendimiento en las evaluaciones escolares. Además, el ejercicio regular puede servir como un mecanismo para reducir los niveles de estrés y ansiedad en los jóvenes, permitiéndoles manejar de manera más eficaz las tareas académicas. Así mismo, la práctica de actividades

físicas puede contribuir a mejorar la salud general, promoviendo hábitos de vida saludables y reduciendo el riesgo de enfermedades.

c. Factibilidad

Esta investigación es viable gracias a la disponibilidad de bases y datos digitales como Scopus, ProQuets, Redalyc, Scielo y las bases digitales de la Universidad Católica de Cuenca que facilitarán la obtención de la información relevante conforme al problema del estudio anteriormente planteado

**Preguntas científicas (2 como mínimo)**

¿Cómo influye en los adolescentes la participación en actividad física extra curriculares en el rendimiento académico de los adolescentes?

¿Cuál es la relación entre la participación en educación física extracurricular y el rendimiento académico en adolescentes?

**5. Objetivos**

a. Objetivo General

- Elaborar una revisión bibliográfica acerca de la relación entre actividad física extra curricular y rendimiento académico en adolescentes.

b. Objetivos específicos

- Analizar el impacto de la participación regular en actividad física extra curricular en el rendimiento académico de adolescentes
- Sintetizar hallazgos claves de estudios previos que analizan la relación entre la participación en programas de actividad física extra curricular y el rendimiento académico en adolescentes.

## **6. Fundamentación teórica (de 2 a 3 páginas)**

### **Actividad física extracurricular**

Dentro de las clases de educación física el docente se convierte en un facilitador del proceso de enseñanza - aprendizaje, motivando a sus estudiantes hacia las prácticas deportivas dentro y fuera del establecimiento educativo, con el objetivo de que los niños y jóvenes se mantengan desarrollando prácticas deportivas extracurriculares y al mismo tiempo promoviendo una calidad de vida, salud. Es así que la actividad física se ha utilizado con éxito para la prevención y tratamiento de diversas enfermedades físicas, potencializa las habilidades durante la infancia y la adolescencia (Sánchez, 2019). En el mismo sentido Campojo (2018) menciona que:

La actividad física proporciona grandes beneficios en el organismo de las personas extendiendo y optimizando un largo tiempo de vida, mejorando los procesos cognitivos como la comprensión, memoria, concentración, además previene enfermedades cardíacas, mentales, entre otros que incluso pueden llevar hasta la muerte. (p. 32)

Por otro lado, es importante mencionar que el aprendizaje no tiene que detenerse cuando el horario educativo termina, puesto que existen varios centros extracurriculares, de actividades recreativas que logran reforzar las habilidades en beneficio al desarrollo, físico, emocional y cognitivo (Sevilla y Runte, 2016). Es así que las actividades extracurriculares son conocidas como programas curriculares vigentes, las mismas que sirven como complemento a necesidades, deportivas o artísticas en la sociedad, siendo un equilibrio a las actividades curriculares, permite utilizar de mejor manera el espacio de ocio y tiempo libre, para una mejor formación integral del estudiante (Fernandez, 2012).

Tomando el criterio del autor antes mencionado, la actividad extracurricular se refiere a las actividades que se desarrollan después de las clases, siendo no obligatorias y algunos padres ingresan a sus hijos a dichas actividades deportivas para aprovechar sus tiempos libres, sabiendo que el realizar actividad física aporta grandes beneficios en prevenir enfermedades cardíaco vasculares o problemas de obesidad.

Los programas de actividades extracurriculares ayudarán a los estudiantes a mejorar su estado físico y autoestima, haciéndoles sentir seguros y protegidos de conductas negativas e inseguras. Brown (2018) menciona que la participación en actividades física deportivas y recreativas en su tiempo libre permite interactuar con la sociedad, de esta manera mejorar sus niveles de actividad física a través de ejercicios que conlleven un gasto de energía que apoya al beneficio de la salud y mente del estudiante.

Por otro lado se Existen dos tipos de motivaciones en el desarrollo de actividades físicas extracurriculares pues Torrents y Cusí (2014) mencionan que una motivación intrínseca lleva a los jóvenes a practicar deportes de forma voluntaria, de cooperación, aprendizaje, superación, valores y compromiso; y la otra motivación es extrínseca, se basa en una recompensa externa por la parte parental, siendo una obligación que no ha generado ninguna responsabilidad personal, poco ligado con los valores y el compromiso.

### **Rendimiento académico**

Cleary (2017), menciona que el rendimiento académico es el resultado que destaca un estudiante dentro del ámbito educativo de las diferentes áreas de estudio expresando través de las calificaciones escolares, de la interacción como sujeto participativo y entre otros factores que son evaluador por el docente. (p. 88)

Estrada (2018), indica que varias investigaciones demuestran que el rendimiento académico es el resultado de aprendizaje producido por la interacción del docente y estudiante, logrando cumplir con los objetivos propuestos. (p. 220)

Los adolescentes, se encuentran en un momento difícil para la adquisición de diferentes hábitos deportivos que marcarán su estilo de vida. Luque-Illanes et al., (2023) mencionan que muchos adolescentes en la actualidad se les dificulta valorar la cultura deportiva, y el ejercicio físico pues desconocen las ventajas de una vida saludable, estos factores deben ser potenciados por los docentes de educación física influenciando una notable motivación en la práctica y su influencia en mejorar el rendimiento académico de los estudiantes.

Maureira (2018) indica que el rendimiento académico se encuentra vinculado con la actividad física siendo un tema que ha tomado gran relevancia en la sociedad; el desarrollo cognitivo de los jóvenes ha tenido grandes resultados en el rendimiento académico por la práctica de actividades físicas. Al respecto Castro et al., (2020) mencionan que la práctica de actividades extracurriculares beneficia las potencialidades cognitivas puesto que aquellos niños o jóvenes que participan de ellas son más propensos a: sacar mejores calificaciones con un nivel educativo alto, la inasistencia disminuye y además son sujetos más activos.

## **7. Metodología**

La presente investigación tiene un enfoque cualitativo, por medio de una revisión sistemática de análisis bibliográfico, llevándose a cabo resultados derivados a la relación entre la Actividad física extra curricular y el rendimiento académico en

adolescentes, a través de distintas plataformas digitales que aportan a la investigación, para luego ser analizadas.

El análisis bibliográfico mantiene criterios de elegibilidad de inclusión que apoyan a la presente investigación, y a la vez serán verificados por medio de documentos, artículos científicos, estudios de caso que hayan sido publicados los últimos cinco años de todo tipo de revisión, donde se incluyan las palabras clave que abordan al tema de investigación: educación física extracurricular y rendimiento académico.

Los criterios de exclusión que no aportan mayor apoyo al análisis de datos como artículos con metodología poco clara no especificada, información de artículos que no correspondan a los últimos 5 años y trabajos, documentos que no tengan las palabras claves de esta revisión sistemática.

La revisión se efectuará mediante una búsqueda de información virtual a través de artículos científicos que se encuentran indexados en fuentes de información Scielo, Redalyc, ProQuest, Scopus de la base de datos de la Universidad Católica de Cuenca, con el fin de obtener información verídica y confiable, remarcando la importancia de la relación entre la educación física extracurricular y el rendimiento académico en adolescentes, detallando entre la población una mejor calidad educativa.

## 8. Referencias bibliográficas

### 9.

- Brown, R. (2018). Actividades estracurriculares. *Cooperative Extension*, 1-3.
- Campojo, L. (2018). La actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de secundaria en un colegio de Pueblo Libre. *[Tesis de maestría]. Universidad César Vallejo*, 1-135.
- Castro, C., Zoila, T., Carlos, Á., & Raúl, M. (2020). Incidencia de actividades físicas extracurriculares en el rendimiento académico colegial de la Unidad Educativa UNE. *Polo de Conocimiento*, 260-276.
- Cleary, T. K. (2017). Motivation and Self-Regulated Learning Influences on Middle School Mathematics Achievement. *School Psychology Review*, 88-107.
- Estrada, A. (2018). Estilos de aprendizaje y rendimiento académico. *Revista Redipe*, 218-2. Obtenido de <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/536>
- Fernandez, J. (2012). Las actividades extracurriculares y el mejoramiento cualitativo de la educación. *Universidad Estatal de Milagro*, 55-134.
- González, J., & Portolés, A. (2014). Actividad física extraescolar: relaciones con la motivación educativa, rendimiento académico y conductas asociadas a la salud. *Revista Iberoamericana*

- de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9(1), 51-65. Recuperado el 19 de 11 de 2023, de <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311130199005.pdf>
- Lara, L. S.-T.-Z. (2018). Compromiso escolar: Desarrollo y validación de un instrumento. *Revista Mexicana de Psicología*, 35(1), 52-62. Recuperado el 19 de 11 de 2023, de <https://compromiso-prod.s3.amazonaws.com/recursos/KCJ4FQAEPtmPXy6LKgiS7d8x6evGkPb3PkImHcN.pdf>
- Luque-Illanes, A. G.-C.-E.-B.-M.-L. (2023). ¿Mejora la Actividad Física el rendimiento académico en escolares? Una revisión bibliográfica. *Journal of Negative and No Positive Results*, 84-103.
- Maureira, F. (2018). Relación entre el ejercicio físico y el rendimiento académico escolar: Revisión actualizada de estudios. *Revista digital de educación física*, 168-184.
- Poblete Valderrama, F., Flores Rivera, C., & Bustos Barrueto, S. (2013). DESARROLLO MOTOR GRUESO EN ALUMNOS DE 8, 9 Y 10 AÑOS DE EDAD EN CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA Y TALLERES EXTRACURRICULARES. *Revista ciencias de la actividad física*, 14(2), 21-30. Recuperado el 19 de 11 de 2023, de <https://www.redalyc.org/pdf/5256/525657741004.pdf>
- Sánchez Ruiz-Cabello, F. C. (2019). Promoción de la actividad física en la infancia y la adolescencia (parte 1). *Pediatría Atención Primaria*, 279-291. Obtenido de [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1139-](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-)
- Sevilla, M., & Runte, A. (2016). El uso de las actividades extraescolares en educación infantil, desigualdades y políticas educativas. *Revista Internacional de apoyo a la inclusión, logopedia, sociedad y multiculturalidad*, 201-217. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5746/574660900014/html/>
- Torrents, I., & Cusí, M. (2014). Deportividad en el deporte escolar y extracurricular. *Educación Física y Deportes*, 52-59.

**Validación del anteproyecto:**

<b>Elaborado por:</b>	<b>Revisado por:</b>
	
<b>Estudiante: Mauricio Quizhpi</b>	<b>Mgs. Zoila Torres</b>

## RECOMENDACIÓN FAVORABLE DEL DIRECTOR

Azogues, 24 de junio del 2024

Lcda. Zoila Torres Palchisaca, Mgs. En mi calidad de directora del Trabajo de Titulación: **Relación entre la actividad física extracurricular y el rendimiento académico en adolescentes** elaborado por el estudiante de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte en la Unidad Académica de Educación: **Edison Mauricio Quizhpi Chabla**, con cédula de ciudadanía N°0350185898;

### Informo:

Que, para la elaboración del Diseño que se adjunta, se realizó el debido asesoramiento y las observaciones respectivas de los aspectos técnicos estipulados en la norma vigente; por lo tanto, se recomienda favorablemente la presentación del mismo para su aprobación.



.....  
Lcda. Zoila Torres Palchisaca, Mgs.

**DIRECTORA**



Universidad  
Católica  
de Cuenca

PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y  
DEPORTE

OFICIO TURNITIN

#### INFORME TURNITIN

Lcda. Zoila Torres Palchisaca, Mgs. Docente-Tutor del Trabajo de Titulación en la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Universidad Católica de Cuenca, certifica que el trabajo titulado **Relación entre la actividad física extracurricular y el rendimiento académico en adolescentes** elaborado por el estudiante **Edison Mauricio Quizhpi Chabla** portador de la cédula de identidad **0350185898** ha sido controlado por el sistema Turnitin reflejando una similitud del 4% con las fuentes bibliográficas, se adjunta la respectiva evidencia.

Azogues, 25 de junio del 2024

F. 

Lcda. Zoila Torres Palchisaca, Mgs.

C.I. 0102289659

# RELACIÓN ENTRE LA ACTIVIDAD FÍSICA EXTRACURRICULAR Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ADOLESCENTES

*por* Edison QUIZHPI CHABLA

---

**Fecha de entrega:** 22-jul-2024 05:20p.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2420991926

**Nombre del archivo:** TURNITIN.docx (105.35K)

**Total de palabras:** 4458

**Total de caracteres:** 24983

## RELACIÓN ENTRE LA ACTIVIDAD FÍSICA EXTRACURRICULAR Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ADOLESCENTES

### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>3%</b>	<b>3%</b>	<b>1%</b>	<b>1%</b>
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>www.researchgate.net</b> Fuente de Internet	<1 %
<b>2</b>	<b>Submitted to Colegio Suizo de México A.C.</b> Trabajo del estudiante	<1 %
<b>3</b>	<b>Submitted to Universidad de Guayaquil</b> Trabajo del estudiante	<1 %
<b>4</b>	<b>Submitted to Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya</b> Trabajo del estudiante	<1 %
<b>5</b>	<b>go.gale.com</b> Fuente de Internet	<1 %
<b>6</b>	<b>dspace.ucacue.edu.ec</b> Fuente de Internet	<1 %
<b>7</b>	<b>m.zunal.com</b> Fuente de Internet	<1 %
<b>8</b>	<b>www.aedipe.es</b> Fuente de Internet	<1 %

9	<p>Ana Albuquerque, Margarida Alves-Martins. "Promotion of literacy skills in early childhood: a follow-up study from kindergarten to Grade 1 / Fomento de habilidades de lecto-escritura en la primera infancia: estudio de seguimiento desde la educación infantil al primer curso de educación primaria", <i>Infancia y Aprendizaje</i>, 2016</p> <p>Publicación</p>	<1 %
10	<p><a href="https://www.fisiobook.com">fisiobook.com</a></p> <p>Fuente de Internet</p>	<1 %
11	<p><a href="https://www.slideshare.net">www.slideshare.net</a></p> <p>Fuente de Internet</p>	<1 %
12	<p>Federico Leguizamo, Antonio Núñez, Elena Gervilla, Aurelio Olmedilla, Alejandro Garcia-Mas. "Exploring attributional and coping strategies in competitive injured athletes: a qualitative approach", <i>Frontiers in Psychology</i>, 2023</p> <p>Publicación</p>	<1 %
13	<p><a href="https://archive.org">archive.org</a></p> <p>Fuente de Internet</p>	<1 %

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias

Apagado

Excluir bibliografía

Apagado

## DESIGNACIÓN DE DOCENTES REVISORES

**Fecha:** 05 de julio del 2024

**Dirigido a:** Dr. Bolívar Cabrera Berrezueta, PhD.  
DECANO DE LA UNIDAD ACADÉMICA DE EDUCACIÓN.

**Solicitante:** Edison Mauricio Quizhpi Chabla - N° Celular 0984598966

**Carrera:** Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

---

**Año/Ciclo:** Octavo      **Paralelo:** "A"

**Asunto:** Solicito a usted, se sirva designar a los docentes revisores de mi Ensayo o Artículo Académico.

Por la favorable acogida que se sirva dar a la presente, anticipo mi agradecimiento.



**Edison Quizhpi Chabla**  
(edison.quizhpi.98.@est.ucacue.edu.ec)



[www.ucacue.edu.ec](http://www.ucacue.edu.ec)

**Cuenca:** Av. de las Américas y Tarqui. ☎ Telf: 2 830 751, 2 824 365, 2 826 563 **Azogues:** Av. Che Guevara y 16 de Abril. ☎ Telf: 2 245 205 / 2 243 444  
**Cañar:** Calle Antonio Ávila Clavijo ☎ Telf: 2 235 268 / 2 235 870 **San Pablo de la Troncal:** Cdla. Universitaria Km 72. ☎ Telf: 2 424 110  
**Macas:** Av. Cap. José Villanueva s/n ☎ Telf: 2 700 393 / 2 700 392



Universidad  
Católica  
de Cuenca

**AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN EN EL  
REPOSITORIO INSTITUCIONAL**

CÓDIGO: F – DB – 30  
VERSION: 01  
FECHA: 2021-04-15  
Página 1 de 1

**Edison Mauricio Quizhpi Chabla** portador de la cédula de ciudadanía N° **0350185898**. En calidad de autor y titular de los derechos patrimoniales del trabajo de titulación **“Relación entre la actividad física extracurricular y el rendimiento académico en adolescentes”** de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizo además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Azogues, **23 de agosto de 2024**

**Edison Mauricio Quizhpi Chabla**

**0350185898**